

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Tinjauan Teori

A.1. Perilaku Agresif

1.1. Definisi Perilaku Agresif

Agresif didefinisikan sebagai tindakan yang melukai orang lain, dan yang dimaksud untuk itu (Sears,1985:48). Berkowitz (1993) mendefinisikan agresif sebagai “Segala bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti seseorang, baik secara fisik maupun secara mental”. Karena itu secara sepintas, setiap perilaku yang merugikan atau menimbulkan korban pada pihak orang lain dapat disebut sebagai perilaku agresif (Sobur, 2013:432). Sedangkan menurut Robert Baron (1997) menyatakan bahwa agresif adalah tingkah laku individu yang ditujukan untuk melukai atau mencelakakan individu lain yang tidak menginginkan datangnya tingkah laku tersebut. Definisi dari Baron ini mencakup empat faktor tingkah laku yaitu, tujuan untuk melukai atau mencelakakan, individu yang menjadi pelaku, individu yang menjadi korban, dan ketidakinginan si korban menerima tingkah laku di pelaku (Sobur, 2013:432).

Sarason (1967), menyatakan bahwa agresif diartikan sebagai suatu serangan yang dilakukan oleh suatu organisme terhadap organism lain, objek lain bahkan pada dirinya sendiri. Secara umum istilah agresif dikelompokkan menjadi empat yaitu: *offensive aggression*, *retaliatory aggression*, *instrumental aggression* dan *angry aggression*. *Offensive aggression* merupakan agresif secara langsung yang merupakan respon dari tindakan orang lain, *retaliatory aggression* diartikan respon langsung atas tindakan provokasi orang lain. *Instrumental aggression* dikategorikan kedalam agresif yang positif yaitu tindakan menyerang yang bertujuan untuk mendapatkan cita-cita dengan tidak melaukai orang lain. Sedangkan *angry aggression* merupakan perilaku agresif yang melibatkan keadaan emosional seseorang ketika sedang marah (Dayakisni & Hudaniah, 2012:172).

Perilaku agresif menurut Scheneiders (1964: 329) adalah perilaku agresif sebagai luapan emosi atas reaksi terhadap kegagalan individu yang ditunjukkan dalam bentuk perusakan terhadap orang atau benda dengan unsur kesengajaan yang diekspresikan dengan kata-kata (*verbal*) dan perilaku non-verbal. Sears (1985) beranggapan bahwa agresif merupakan setiap perilaku yang bertujuan menyakiti orang lain, atau adanya perasaan ingin menyakiti orang lain yang ada dalam diri seseorang.

Perilaku Agresif menurut Buss (1992) adalah suatu perilaku yang dilakukan untuk menyakiti, mengancam atau membahayakan individu-individu atau objek-objek yang menjadi sasaran perilaku tersebut baik secara fisik atau

verbal. perilaku agresif merupakan suatu variabel kepribadian, suatu kelas respon yang menetap dan luas (Dayakisni, 2012: 171).

Bandura (1973) mengatakan bahwa dalam kehidupan sehari-hari, perilaku agresif dipelajari dari model yang dilihat dalam keluarga, dalam lingkungan kebudayaan setempat atau melalui media massa. Perilaku agresif adalah salah satu dari beberapa reaksi terhadap pengalaman frustrasi yang tidak disukai (Dayakisni & Hudaniah, 2012: 176).

Berdasarkan definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa perilaku agresif adalah suatu bentuk tingkah laku yang melalui proses belajar, yang cenderung mengarah kepada kekerasan seperti menyakiti orang lain baik secara fisik atau lisan yang disengaja untuk mencapai tujuan tertentu dan dilakukan dengan segala cara.

1.2. Teori Perilaku Agresif

Banyak teori tentang perilaku agresif yang dikemukakan oleh ahli-ahli psikologi yang masing-masing dilandasi oleh keahliannya. Teori tentang agresi yang dianggap cukup berpengaruh yaitu:

a. Teori Frustrasi – Agresi

Agresivitas menurut kelompok ini tidak ada sangkut pautnya dengan masalah instink, tetapi ditentukan oleh kondisi-kondisi eksternal (frustrasi), sehingga kondisi tersebut akan menimbulkan motif yang kuat pada seseorang untuk bertindak agresi. Salah satu teori yang diajukan oleh kelompok ini adalah teori frustrasi agresi, yang dipelopori oleh Dollard dan koleganya (1939). Menurut

kelompok tersebut frustrasi selalu menimbulkan agresi dan agresi semata-mata adalah hasil dari frustrasi. Oleh karena itu bila frustrasi meningkat, maka agresivitas meningkat pula. Intensitas frustrasi bergantung pada beberapa faktor, antara lain seberapa besar kemauan seseorang (Dayakisni & Hudaniah, 2012:173).

b. Belajar Sosial

Bandura (1973) menempatkan penekanan yang lebih besar pada faktor eksternal, lingkungan, konteks sosial sebagai *elisor* agresi. Seorang individu dapat mempelajari agresi melalui peniruan atau pengamatan dari satu model agresif yang dikaguminya (contoh figur orangtua atau guru, misalkan orang tua menghukum anaknya dengan cara memukul, kemudian mereka (anak-anak) merasa boleh melakukan hal yang sama seperti apa yang dilakukan oleh orang tua terhadap dirinya sehingga mereka meniru dan mempraktikanya ke individu lain (memukul temannya).

Bandura (1973) menegaskan lebih lanjut bahwa manusia bertindak agresif diantaranya karena lima alasan (1) mereka menikmati tindakan yang bersifat melukai orang lain, (2) mereka menghindari atau menentang konsekuensi terbalik dari agresi orang lain, (3) mereka menerima perlakuan atau siksaan bersifat agresif, (4) mereka menghidupkan standar pribadi bagi perilaku berdasarkan perilaku agresif tersebut, (5) mereka mengamati orang lain menerima penghargaan/reward karena sudah bertindak agresif atau dihukum karena berperilaku agresif (Dayakisn & Hudaniah, 2012:176).

Menurut Bandura dan Walter (1961) mengamati model yang menampilkan perilaku kekerasan sebenarnya memiliki efek dapat mendorong individu untuk imitasi terhadap model itu dan juga dapat memiliki efek tidak menghambat perilaku agresif. Kenyataannya perilaku agresif dapat ditampilkan secara fisik yang dapat melukai orang lain, menyakiti perasaan yang menimbulkan motivasi akan balas dendam, berdebat untuk saling menjatuhkan dan perasaan akan memusuhi. Kondisi lingkunganlah yang membuat seseorang memperoleh dan memelihara respon-respon agresif (Dayakisni &Hudaniah, 2012: 178).

1.3. Bentuk-bentuk Agresif

Secara umum Myers (Sarwono, 2002:297) membagi agresif dalam dua jenis, yaitu:

1. Agresif rasa benci atau agresif emosi (*hostile aggression*)
merupakan ungkapan kemarahan dan ditandai dengan emosi yang tinggi. Agresif jenis ini disebut agresif panas dan akibat dari jenis ini tidak dipikirkan oleh pelaku dan pelaku memang tidak peduli jika akibat perbuatannya lebih banyak menimbulkan kerugian dari pada manfaat.
2. Agresif sebagai sarana untuk mencapai tujuan lain (*instrumental aggression*)
merupakan jenis agresif tidak disertai emosi. Agresif disini hanya merupakan sarana untuk mencapai tujuan lain. Misalnya serdadu yang membunuh untuk merebut wilayah musuh sesuai perintah komandan, teroris yang menyandra

penumpang untuk menebus teman-temannya yang dipenjara, polisi yang menembak kaki tahanan yang berusaha kabur.

Buss (1987) (dalam Dayakisni & Hudaniah, 2012:188) mengelompokkan bentuk agresif dalam delapan jenis yaitu:

- 1) Perilaku agresif fisik aktif yang dilakukan secara langsung, misalnya menembak, memukul orang lain.
- 2) Perilaku agresif fisik aktif yang dilakukan secara tidak langsung, misalnya membuat jebakan untuk orang lain.
- 3) Perilaku agresif fisik pasif yang dilakukan secara langsung, misalnya tidak memberi jalan kepada orang lain.
- 4) Perilaku agresif fisik pasif yang dilakukan secara tidak langsung, misalnya menolak untuk mengerjakan sesuatu, menolak untuk mengerjakan perintah orang lain.
- 5) Perilaku agresif verbal aktif yang dilakukan secara langsung, misalnya memaki-maki orang.
- 6) Perilaku agresif verbal aktif yang dilakukan secara tidak langsung, misalnya menyebar gosip tentang orang lain.
- 7) Perilaku agresif verbal pasif yang dilakukan secara langsung, misalnya tidak setuju dengan pendapat orang lain, tetapi tidak mau mengatakan (memboikot), tidak mau menjawab pertanyaan orang lain.

- 8) Perilaku agresif verbal pasif yang dilakukan secara tidak langsung, misalnya menolak untuk berbicara dengan orang lain, menolak memberikan perhatian dalam suatu pembicaraan.

Perilaku agresif juga dapat dibedakan menjadi empat kategori yang lain hal ini dikemukakan oleh Medinus dan Johnson Myers (Dayakisni & Hudaniah, 2012:188) :

1. Menyerang fisik seperti memukul, mendorong, meludahi, menendang, mengigit, meninju, memarahi dan merampas.
2. Menyerang suatu objek, yang dimaksud disini adalah menyerang benda mati atau binatang.
3. Secara verbal atau simbolis, yang termasuk didalamnya adalah mengancam secara verbal, memburuk-burukkan orang lain, sikap mengancam, dan sikap menuntut.
4. Pelanggaran terhadap hal milik atau menyerang daerah orang lain.

Buss dan Perry (1992: 452-459), mengelompokan perilaku agresif kedalam empat bentuk yaitu: (dalam Mu'arifah, 2005: 103).

1. Agresif Fisik

merupakan tindakan agresif yang menyakiti individu secara fisik atau merupakan komponen perilaku motorik, seperti melukai dan menyakiti orang lain secara fisik.

2. Agresif Verbal

merupakan komponen motorik, seperti melukai dan menyakiti orang lain secara verbal, misalnya berdebat menunjukkan ketidaksukaan atau ketidaksetujuan, menghina.

3. Rasa Marah (anger)

Merupakan keadaan perasaan emosional yang bervariasi intensitasnya dari rasa jengkel yang ringan sampai amukan yang intens. Misalnya mudah kesal, hilang kesabaran, dan tidak mampu mengontrol rasa marah.

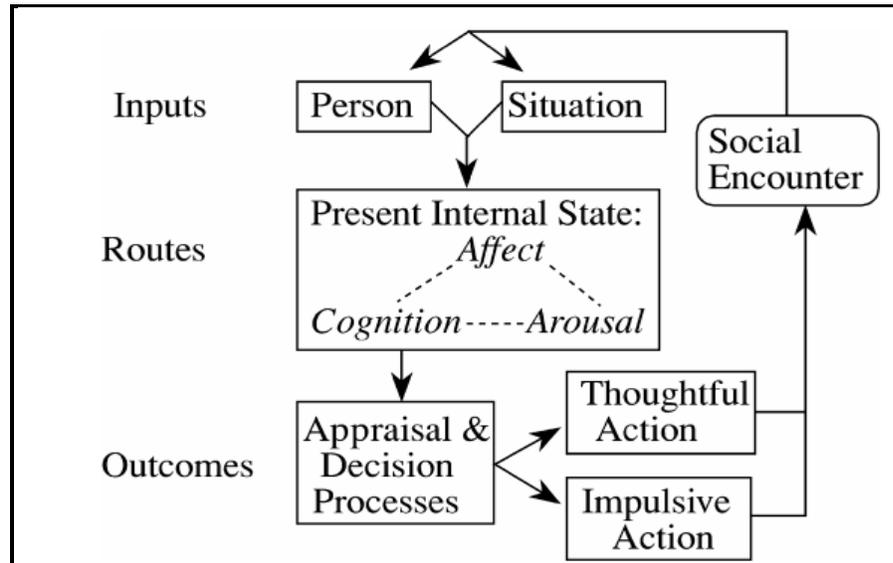
4. Rasa dan sikap Permusuhan

merupakan perwakilan dari komponen perilaku kognitif. Individu yang memiliki permusuhan akan cenderung memiliki keyakinan negatif mengenai orang lain seperti perasaan benci dan curiga pada orang lain, merasa kehidupannya tidak adil dan iri hati.

Dari berbagai pendapat mengenai bentuk-bentuk perilaku agresif diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa perilaku agresif adalah perilaku fisik atau lisan yang disengaja dengan maksud untuk menyakiti atau merugikan orang lain yang dapat dilakukan dengan cara verbal, fisik, rasa marah, rasa dan sikap permusuhan. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teori Buss dan Perry (1992) yang mengklasifikasikan agresi kedalam 4 bentuk agresi, yaitu agresi fisik, agresi verbal, agresi marah, dan sikap permusuhan, sebagai dasar untuk pengukuran agresivitas.

1.4. Model Perilaku Agresif

1.4.1. *Single Episode General Agression Model*

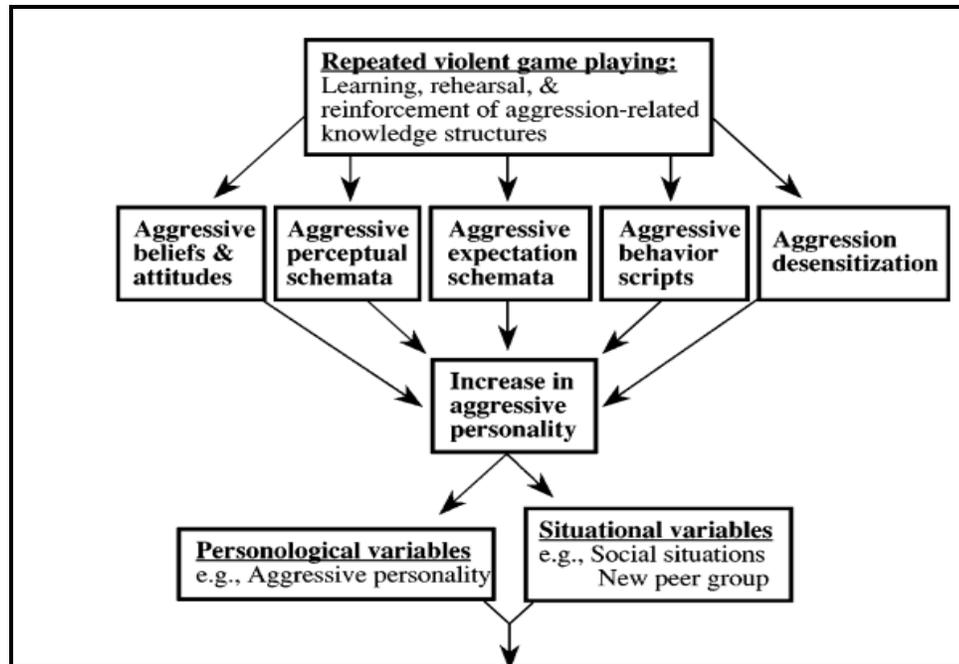


Gambar 2. 1. *Single Episode General Agression Model*

Sumber : Anderson & Bushman (2002c:34)

Dari gambar diatas dapat dijelaskan bahwa singel episode model agresif terbentuk dari *social encounter* (pengalaman sosial) yang mempengaruhi seseorang dan keadaan seseorang dimana keadaan tersebut mengarah kepada keadaan yang mempengaruhi emosi, kesadaran, dan membangkitkan seseorang untuk menilai dan pengambilan proses keputusan. Ketika proses penilaian dan pengambilan keputusan terjadi, individu akan berfikir dan dorongan hati untuk berperilaku agresif atau tidak.

1.4.2. Multiple Episode Model



Gambar 2. 2. Multiple Episode General Aggression Model

Sumber : Anderson & Bushman (2002c:42)

Dari gambar diatas dapat dijelaskan bahwa multiple episode model agresif terbentuk dari pengulangan kekerasan dalam bermain game dengan cara belajar, latihan dan penguatan struktur pengetahuan terkait perilaku agresif. Setelah semua hal tersebut tercapai maka akan mengarah pada agresif kepercayaan dan sikap, agresif persepsi, agresif harapan, agresif tingkah laku dan agresif *desensitization*. Agresif – agresif tersebut mempengaruhi kenaikan pada agresif personal individu, yang disebabkan oleh personal atau individu itu sendiri dan situasi sosial.

1.5. Faktor–faktor yang Mempengaruhi Perilaku Agresif

Munculnya perilaku agresif berkaitan erat dengan rasa marah yang terjadi dalam diri seseorang. Menurut Dayakisni & Hudaniah (2012:182) faktor yang dapat menimbulkan perilaku agresif yaitu sebagai berikut:

1. Provokasi dan frustrasi. Dalam menghadapi provokasi yang mengancam, para pelaku agresif agaknya cenderung berpegang pada prinsip bahwa daripada diserang lebih baik mendahului menyerang, atau daripada dibunuh lebih baik membunuh. Terdapat kecenderungan menggunakan provokasi sebagai dalih untuk melakukan perilaku agresif meskipun provokasi itu tidak bersifat mengancam. Frustrasi menurut Baron, Branscombe & Byrne (2005) adalah terhambatnya atau tercegahnya upaya mencapai tujuan yang kerap kali menjadi penyebab agresif, tetapi agresif tidak selalu muncul karena frustrasi.
2. Adanya serangan dari orang lain. Bayangkan ketika tiba-tiba seseorang menyerang dan mengejek anda dengan perkataan yang menyakitkan. Hal ini dapat secara refleks menimbulkan sikap agresi terhadap lawan.
3. Motivasi untuk balas dendam. Intinya jika seseorang yang marah mampu untuk melakukan balas dendam, maka rasa kemarahan itu akan semakin besar dan kemungkinan untuk melakukan agresif juga bertambah besar pula.
4. Sistem saraf otak. mekanisme neural otak mendukung regulasi diri dalam meningkatkan kontrol diri sehingga dapat mengurangi perilaku agresif.

A.2. Kontrol Diri

2.1. Pengertian Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan suatu kecakapan membaca situasi diri dan lingkungan. Selain itu juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi, kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, dan menutupi perasaanya (Ghufron & Risnawita, 2012:22).

Averill (1973) menyatakan bahwa kontrol diri merupakan kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya serta kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan untuk menarik perhatian, keinginan untuk mengubah perilaku agar sesuai dengan orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain dan menutup perasaanya (dalam Ghufron & Risnawita, 2012:23).

Calhoun dan Acocella (1990) mendefinisikan kontrol diri (*Self-control*) sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Goldfried dan Merbaum mendefinisikan kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa

individu kearah konsekuensi positif. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan (dalam Ghufron & Risnawita, 2012:22).

Hurlock (1997) menerangkan bahwa jika seseorang bisa mengendalikan emosinya dengan baik, maka akan berpengaruh terhadap perilakunya, sehingga akan timbul perilaku yang terkontrol dengan baik. Persiapan fisik dan mental (perilaku) untuk bertindak akan muncul, apabila emosi yang timbul dapat dilepaskan dengan berbagai cara (Hurlock, 1997:232).

Berk (dalam Khairunnisa, 2013:223) menyatakan bahwa kontrol diri adalah proses aktivitas pengendalian tingkah laku dan emosi. Semakin intens pengendalian tingkah laku dan emosi, semakin tinggi pula kontrol diri seseorang, yaitu kemampuan mengatur pelaksanaan, kemampuan mengatur stimulus, kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian dan kemampuan mengambil keputusan.

Messina & Messina, menyatakan bahwa pengendalian diri atau *self-control* adalah seperangkat tingkah laku yang berfokus pada keberhasilan mengubah diri pribadi, keberhasilan menangkal pengrusakan diri (*self-destructive*), perasaan mampu pada diri sendiri, perasaan mandiri, atau bebas dari pengaruh orang lain, kebebasan menentukan tujuan, kemampuan untuk memisahkan perasaan dan pikiran rasional, serta seperangkat tingkah laku yang terfokus pada tanggung jawab atas diri pribadi (Khairunnisa, 2013:223).

Kontrol diri berdasarkan beberapa definisi dari para tokoh adalah keterampilan untuk mengelola diri dan mengendalikan diri baik terhadap emosi, mengendalikan suasana hati, kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya sampai pengelolaan perilaku yang akan ditimbulkan oleh emosi itu sendiri. Sedangkan kontrol diri yang rendah yaitu, tidak bisa mengontrol perilaku dengan baik, tidak bisa mengontrol perilaku dengan baik, tidak bisa mengontrol kognitif atau cara berfikir yang baik, tidak bisa mengambil keputusan dan tindakan untuk penyelesaian suatu masalah yang terjadi. Sebaliknya jika kontrol diri yang tinggi seorang individu akan mampu mengontrol kognitifnya dengan baik, sehingga dapat mengambil keputusan yang sesuai dengan permasalahan yang dihadapi remaja.

Dari berbagai pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kontrol diri adalah kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan membentuk perilaku yang dapat membawa ke arah positif.

2.2. Ciri-ciri Kontrol Diri (*self control*)

Banyak orang mencampuradukkan sikap mengontrol diri dengan sikap kaku, keras, tegang atau terhambat. Sikap ini tentunya sangat berbeda karena orang yang bisa mengontrol dirinya sangat mampu untuk bersikap fleksibel pula. Sementara yang kaku dan terhambat, bisa saja tampil terkontrol tetapi mudah patah dan bahkan bisa meledak atau lepas kontrol. Orang yang terkontrol biasanya

akan tampil terpercaya di pergaulan dan lingkungan sosial, berintegritas dan yang paling penting mempunyai daya adaptasi terhadap perubahan.

Menurut Averill (dalam Aviyah & Farid, 2014:127), ciri-ciri kontrol diri antara lain :

- a. Kemampuan untuk mengontrol perilaku atau tingkah laku impulsif yang ditandai dengan cara mencegah menjauhi stimulus, merapatkan tenggang waktu diantara stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum berakhir dan membatasi intensitas stimulus, kemampuan membuat perencanaan dalam hidup, mampu mengatasi frustrasi dan ledakan emosi serta kemampuan untuk menentukan siapa yang mengendalikan perilaku, dalam hal ini bila individu tidak mampu mengontrol dirinya sendiri, maka individu menggunakan faktor eksternal.
- b. Kemampuan menunda kepuasan dengan segera untuk keberhasilan mengatur perilaku dalam mencapai sesuatu yang lebih berharga atau diterima dalam masyarakat.
- c. Kemampuan mengantisipasi peristiwa yaitu kemampuan untuk mengantisipasi keadaan melalui berbagai pertimbangan secara relatif objektif. Hal ini didukung dengan adanya informasi yang dimiliki individu.
- d. Kemampuan menafsirkan peristiwa yaitu kemampuan untuk menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif. Kemampuan mengontrol keputusan yaitu

kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujinya.

2.3. Aspek- Aspek Kontrol Diri

Berdasarkan konsep Averill (dalam Ghufron & Risnawita, 2012:29), terdapat tiga aspek dalam kemampuan mengontrol diri, yaitu:

a. Mengontrol perilaku (*Behavioral Control*)

Merupakan kemampuan untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen, yaitu:

1. Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan, dirinya sendiri atau sesuatu diluar dirinya. Individu yang memiliki kemampuan mengontrol dirinya baik akan mampu mengatur perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal.
2. Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat digunakan, yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir, dan membatasi intensitasnya.

b. Mengontrol Kognitif (*Cognitive Control*)

Merupakan kemampuan individu untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasikan, menilai, atau menggabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologi untuk mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri dari 2 komponen, yaitu:

1. Kemampuan untuk memperoleh informasi (*information gain*). Informasi yang dimiliki individu atas suatu kejadian yang tidak menyenangkan dapat diantisipasi dengan berbagai pertimbangan.
2. Kemampuan melakukan penilaian (*apparsial*). Penilaian yang dilakukan individu merupakan usaha untuk menafsirkannya melalui segi-segi positif secara subjektif.

c. Mengontrol Keputusan (*Decisional Control*)

Kemampuan untuk memilih hasil yang diyakini individu, dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih kemungkinan tindakan.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka untuk mengukur kontrol diri digunakan aspek-aspek sebagai berikut :

- a. Kemampuan mengontrol perilaku
- b. Kemampuan mengontrol stimulus
- c. Kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian

- d. Kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian
- e. Kemampuan mengambil keputusan

2.4. Teori I³ (I-cubed Theory)

Salah satu teori yang membahas mengenai kontrol diri atau *self-control* dan perilaku agresif adalah Teori I³ atau biasa disebut *I-cubed Theory* (teori I pangkat tiga). Teori I³ merupakan pengembangan *meta-theory* berkaitan dengan agresif yang memiliki penekanan kuat terhadap kontrol diri (Denson, DeWall, & Finkel, 2012:20). I³ sendiri merupakan singkatan dari tiga proses yang mendasari agresif antara lain: *Instigation, Impellance, dan Inhibition*.

Tahap pertama dari Teori I³ adalah *Instigation*. *Instigation* menyangkut keberadaan satu atau beberapa *instigating triggers* (pemicu) yang merupakan keadaan yang menyebabkan kecenderungan dalam melakukan agresif. *Instigation* merupakan faktor eksternal yang melibatkan proses sosial dalam memicu munculnya perilaku agresif; seperti contohnya adalah provokasi dan *social rejection* (Denson, DeWall, & Finkel, 2012:20).

Tahap kedua *Impellance*, menurut Slotter & Finkel (2011) menyatakan bahwa *Impellance* itu menyangkut faktor resiko yang menentukan kekuatan dorongan agresif yang dialami oleh individu melalui interaksinya dengan *instigating trigger* (Denson, DeWall, & Finkel, 2012:21). *Impellance* merupakan faktor internal yang mengacu pada faktor disposisional atau situasional yang secara psikologis mempersiapkan individu untuk mengalami dorongan kuat untuk

berperilaku agresif ketika menghadapi *Instigator* (penghasut, pemicu) tertentu dalam konteks tertentu (misalnya sifat agresif; hormon, motivasi; balas dendam) (Denson, DeWall, & Finkel, 2012:21). Dengan kata lain, *impellance* mengacu pada faktor-faktor yang meningkatkan peluang individu dalam memperbesar dorongan agresif (*aggressive urge*) dalam menanggapi *instigating triggers*.

Tahap ketiga adalah *Inhibition*, mengacu pada faktor disposisional atau situasional yang menentukan apakah individu akan mengesampingkan atau mengabaikan dorongan agresif yang muncul dari *trigger instigating*, faktor *impellance*, maupun interaksi antara keduanya. *Inhibiting* mengacu pada faktor-faktor yang meningkatkan kemungkinan bahwa individu akan mengontrol dorongan agresif daripada mengikutinya. *Inhibiting factors* (dalam hal ini kontrol diri) menentukan batas antara dorongan agresif dengan perwujudan perilaku agresif. Jika *inhibiting factors* (dalam hal ini kontrol diri) lemah maka dorongan agresif yang diperlukan tidak perlu sangat kuat untuk menghasilkan perilaku agresif. Jika *Inhibiting factors* kuat maka dorongan agresif yang diperlukan harus kuat untuk menghasilkan perilaku agresif (Denson, Dewall & Finkel, 2012:22).

A.3. Remaja

3.1. Pengertian

Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari bahasa latin *adolescere* yang berarti tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan (Ali & Asrori, 2014:9). Perkembangan lebih lanjut, istilah *adolescence* sesungguhnya memiliki arti yang

luas, mencakup kematangan mental, sosial, emosional, dan fisik. Pandangan ini didukung oleh Piaget menyatakan bahwa secara psikologis, masa remaja adalah sebuah masa dimana individu berintegrasi atau berperan bersama masyarakat dewasa, dimana pada usia ini anak sudah tidak lagi merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua, anak sudah mulai merasa dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak (Ali & Asrori, 2014:9).

Menurut Monks (2006:262), remaja adalah individu yang berusia 12-21 tahun yang sudah mengalami masa peralihan antara masa remaja ke masa dewasa, dengan pembagian 12-15 tahun adalah masa remaja awal, 15-18 adalah masa remaja pertengahan, dan 18-21 tahun adalah masa remaja akhir.

Dari berbagai definisi diatas, maka dapat disimpulkan bahwa remaja adalah suatu periode dalam kehidupan yang merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa yang berusia 15-18 tahun.

1.2. Karakteristik Umum Masa Remaja

Seperti halnya dengan semua periode, masa remaja mempunyai karakter tertentu yang membedakanya dengan periode sebelum dan sesudahnya. Oleh karena itu, ada sejumlah sikap yang sering ditunjukkan oleh remaja yaitu sebagai berikut (Ali & Asrori, 2014:16).

- a. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan kegelisahan
- b. Masa remaja sebagai periode pertentangan
- c. Masa remaja senang mengkhayal

- d. Masa remaja identik dengan aktivitas berkelompok
- e. Masa remaja sebagai masa mencoba segala sesuatu.

1.3. Tugas Perkembangan Remaja

Setiap tahapan perkembangan dalam kehidupan manusia mempunyai tugas-tugas tersendiri yang berbeda-beda disetiap tahapannya. Tugas-tugas ini merupakan harapan masyarakat yang harus dipenuhi oleh setiap individu. Berhasil atau tidaknya seseorang dalam melaksanakan tugas perkembangannya pada periode usia tertentu akan mempengaruhi seseorang untuk melaksanakan tugas perkembangan di periode usia selanjutnya.

Begitu pula dengan remaja, mereka juga mempunyai tugas perkembangan yang harus dipenuhi. Tugas ini diharapkan telah terpenuhi pada akhir masa remaja, sehingga individu akan siap untuk memasuki masa dewasa dengan peran dan tugas yang baru dan tentunya lebih rumit dibandingkan tugas pada masa remaja. Berikut ini adalah tugas-tugas perkembangan menurut Harlock (dalam Ali & Asrori, 2014:10) yaitu sebagai berikut:

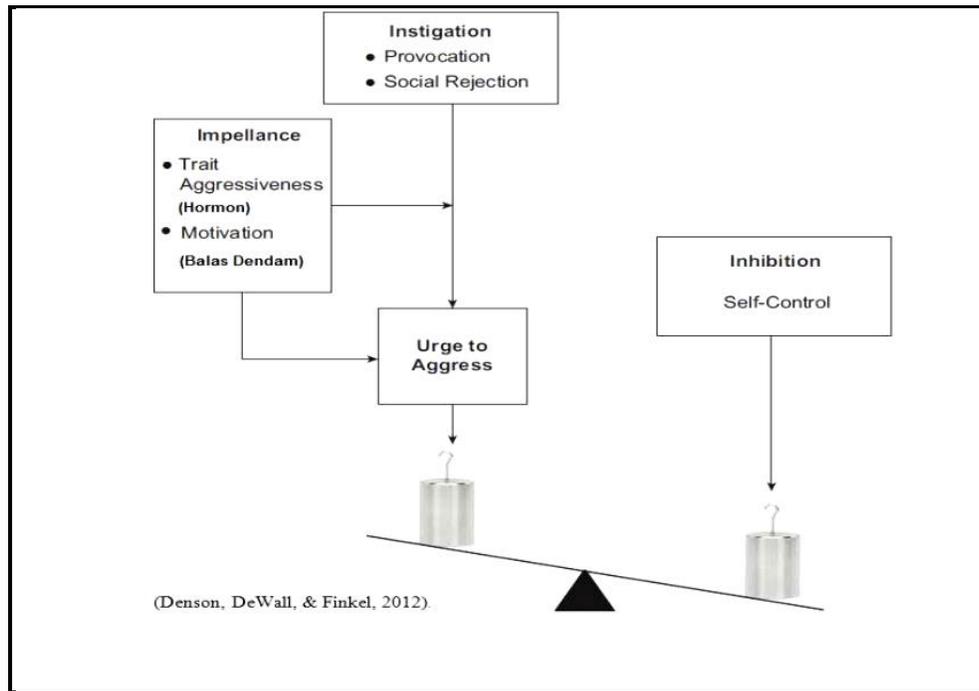
- a. Mampu menerima keadaan fisiknya
- b. Mampu menerima dan memahami peran seks usia dewasa
- c. Mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis
- d. Mencapai kemandirian emosional
- e. Mencapai kemandirian ekonomi

- f. Mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat
- g. Memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai orang dewasa dan orang tua
- h. Mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa
- i. Mempersiapkan diri untuk memasuki dunia perkawinan
- j. Memahami dan mempersiapkan berbagai tanggung jawab kehidupan keluarga.

B. Hubungan Antar Variabel

Remaja adalah masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang ditandai perubahan-perubahan yang tampak baik secara fisik maupun psikis dari remaja tersebut, dan juga merupakan masa pencarian identitas atau proses yang berhubungan dengan lingkungan sosial. Kontrol diri merupakan kemampuan individu dalam mengatur dan mengarahkan tingkah lakunya untuk mencapai tujuan yang positif. Individu yang mempunyai kontrol diri yang rendah cenderung kurang mampu dalam mengarahkan dirinya, sehingga perilakunya banyak yang tidak terkontrol, merugikan diri sendiri dan orang lain.

Salah satu teori yang membahas mengenai kontrol diri dan perilaku agresif adalah Teori I^3 atau biasa disebut *I-cubed Theory* (teori I pangkat tiga). Teori I^3 merupakan pengembangan *meta-theory* berkaitan dengan agresif yang memiliki penekanan kuat terhadap kontrol diri (Denson, DeWall, & Finkel, 2012:21).



Gambar 2. 3 Gambaran Teori I³

Sumber: Denson, DeWall, & Finkel. 2012:21

Keterkaitan antara *Instigation*, *Impellance*, dan *Inhibition* terlihat jelas pada Gambar 2.3. Gambaran teori I³ Sebagai contoh penerapan teori I³ dalam kehidupan yaitu provokasi sebagai *instigating triggers*. Telah diketahui bahwa provokasi sangat erat kaitannya dengan perilaku agresif. Penelitian Denson, DeWall dan Finkel (2012:22) menunjukkan bahwa provokasi dapat menjadi faktor penyebab meningkatnya agresif pada individu. Dijelaskan juga bahwa provokasi dapat menurunkan tingkat kontrol diri individu yang mengakibatkan tingginya tingkat perilaku agresif.

Salah satu faktor disposisional yang dapat menguatkan (*Impellance*) dorongan agresif adalah hormon. Dalam perspektif biologis dikatakan bahwa hormon manusia, khususnya *testosterone* (yang paling banyak dimiliki oleh pria) sangat berpengaruh terhadap perilaku agresif manusia (Anderson & Bushman, 2002). Ketika *Instigation dan Impellance* yang dimiliki sangat kuat, maka akan menghasilkan dorongan agresif (*aggressive urge*) yang sangat kuat juga. Apabila dorongan agresif yang kuat tidak diberengi dengan *Inhibition* yang kuat maka kemungkinan besar akan menimbulkan perilaku agresif, sedangkan apabila dorongan agresif yang kuat dibarengi dengan *Inhibition* (kontrol diri) yang kuat sangat kecil kemungkinannya untuk mengeluarkan perilaku agresif. Secara sederhana, keterkaitan antara *Instigation, Impellance dan Inhibition* dapat dirumuskan sebagai berikut:

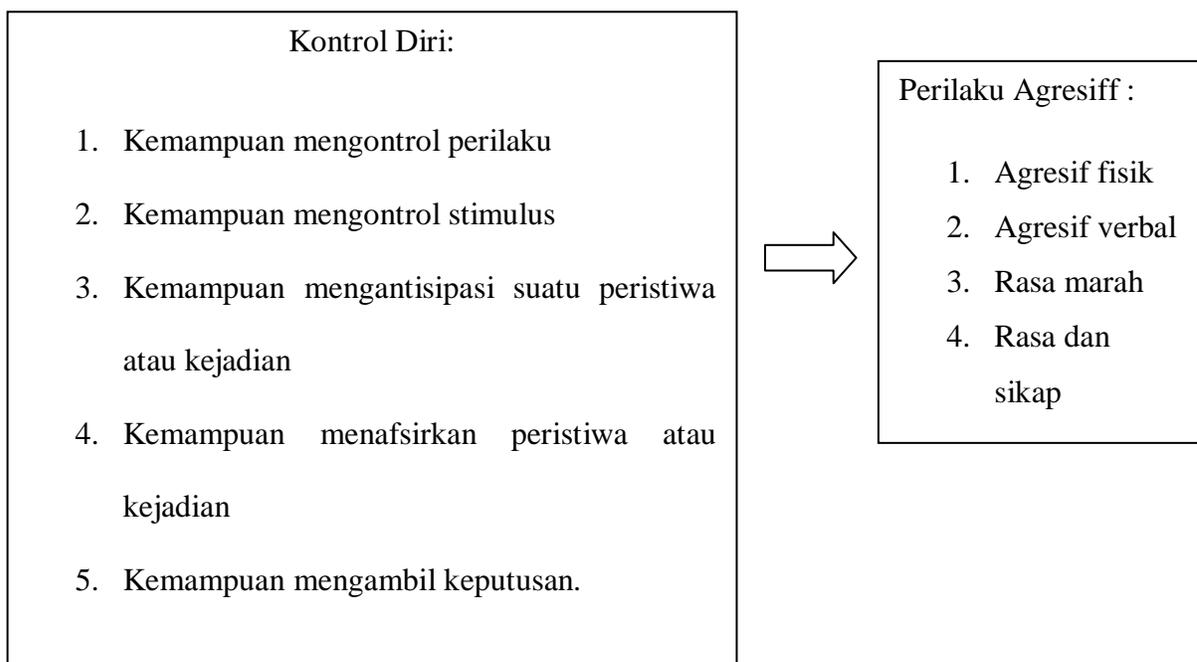
$Instigation + Impellance > Inhibition = \text{Perilaku Agresif}$

$Instigation + Impellance < Inhibition \neq \text{Perilaku Agresif}$

DeWall, Finkel & Denson (2011:458) juga menyatakan bahwa kegagalan kontrol diri dapat memberikan kontribusi untuk tindakan yang paling agresif yang menyertakan kekerasan. Ketika agresif mendesak menjadi aktif, kontrol diri dapat membantu seseorang mengabaikan keinginan untuk berperilaku agresif, dan akan membantu seseorang merespon sesuai dengan standar pribadi atau standar sosial yang dapat menekan perilaku agresif tersebut. Penjelasan tersebut

memberikan makna apabila kontrol diri individu tinggi, maka tindakanya tidak akan mengarah kepada perilaku agresif dalam menyelesaikan persoalan yang dihadapinya. Sebaliknya ketika kontrol diri individu rendah, maka tindakanya akan mengarah kepada perilaku agresif dalam menghadapi masalah yang terjadi.

C. Kerangka Konseptual



Gambar 2. 4 Kerangka Berfikir

D. Hipotesis

Berdasarkan kerangka pemikiran yang telah dikemukakan maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya hubungan negatif antara kontrol diri dengan perilaku agresif pada remaja. Artinya semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah perilaku agresif remaja, dan sebaliknya jika kontrol diri semakin rendah maka semakin tinggi perilaku agresif remaja.